

職員紹介

ユニットリーダーの紹介を行います！
 今月は3階から…①趣味・特技は？ ②子供の頃の夢は？
 ③なぜこの仕事を選んだか？の3つの質問に答えて頂きます♪



3AB
松井 愛

① 日々の仕事で疲労やストレスが溜まりますが、夏時期は河でウエイクボード、冬時期は山でスノーボード。自然から元気をもらって、日々の仕事に喝を入れていきます！

②③ 介護の仕事に興味を持ったのは曾祖父のヘルパーさんとの出会いでした。九十八才の曾祖父の、お散歩、食事・入浴のお手伝いなどヘルパーさんに教わりました。子ども心にも、曾祖父とヘルパーさんの間に確かな信頼の絆を感じ、素敵だなあと憧れました。今、その恩師のお母様を、自分が秋月で介護する立場となつています。運命の巡りあわせの不思議を嬉しく思っています。



3CD
中村 大介

① 獣医

② スポーツ観戦 観賞

③ 家族の介護をきっかけに、正しい介護の知識や技術を学び社会貢献していきたいと思ひ、介護の専門学校を経てこの仕事に就きました。

お一人おひとりが進んでこられた生活背景を尊重し、その人らしく生活していけるよう日々の関わりを大切に、懇切丁寧に対応していきたいと思っております。



3EF
岩崎 菜美子

① 看護師

② 野球観戦 好きなアーティストのライブを観ること！

③ 学生時代は看護師になることしか考えておらず、受験に失敗・挫折していたときに介護の仕事があることを知りました。一日でも早く誰かの役に立ちたくて、ヘルパーの講習会に通いました。実際にいざ業務に就いたとき、この仕事自分が合っているのではないかと実感しました。
 大変なことも多いですが、秋月でも入居者の皆様の笑顔に日々癒されています！

晴雲秋月

H28.3月号
 ◆発行日◆H28.3.20
 ◆編集・発行◆
 社会福祉法人さくらが丘
 特別養護老人ホーム
 秋月 広報委員会
 ◆住所◆177-0045
 東京都練馬区
 石神井台6-1-11
 ◆電話番号◆
 03-5935-8928

「晴雲秋月」とは…心に汚れがなく澄み透けている例え。「晴雲」は晴れた空に浮かぶ白雲、「秋月」は秋の澄んだ空にかかる雲の意。

三周年記念

三月十三日(日)、秋月では三周年を迎えるお祝いにあたり、各ユニットでの手作りおやつや、昼食のお祝い膳、また職員のコーラス隊などを皆様にお楽しみいただきました！



館内は、爛漫の桜をイメージした春らしい装飾で彩られ、加えて玄関では、「お庭に毎年咲くので…」とご家族から頂いた桃の花が華やかにご来客の方々をお出迎え致しました。「早くお花見に行きたいねえ！」と、入居者の皆様もニッコリ！
 ユニットごとに違う手作りの

茶道ポランティア

おやつは、芋羊羹、パフェ、桜餅、杏仁豆腐、ケーキ…と多様。職員と入居者の皆様で相談しながらメニューを決めました。お手伝いやご指南を頂きながら…美味しいだけでなく、「手作り」ならではのあたたかみと和気藹々としたひと時を楽しんで頂いたのではないのでしょうか？
 ご面会のご家族に振舞ったユニットもちらほら。

春はもうすぐそこ！桜の咲く頃には、皆様とお花見に出掛けられるでしょうか。
 お楽しみに！



ちいさなピアノと唄の会

秋月ではすっかりお馴染みになった、ピアノスト 川内麻紀さんによるピアノと唄の会！季節に合わせた童謡や懐メロを、軽快なトークにのせて皆様にお届しています。
 しかし、実は五階のホールまでの移動が皆様のご負担になったり、座っている体力のない方々が行きたくても中々参加できない…といった悩みがありました。

そこで、秋月では移動が可能な電子ピアノを購入！一月から、ピアノと唄の会を各ユニットで開催する取り組みを試みています。

今まで以上に麻紀さんのファンが増えそうです♪



秋月 職員マラソン部

皇居マラソンでの活躍のひと場面！



編 集 後 記

9月から広報・イベント委員会から試みた広報誌やブログですが、いかがでしたでしょうか。試行錯誤の中、携わる職員が不慣れなため、見づらいつつもあつたかもしれませんが、あたたかく応援して下さい。本当に有難うございました。

年度が変わり、4月からはまた新たなメンバーで広報活動を行っていくこととなります。よりよい情報発信を行っていくよう、新しいメンバーも精一杯頑張ります！今後とも宜しくお願い致します。

施設長考

この三月一日を迎え、秋月も無事に開設三周年を迎える事ができました。これもひとえに入居者様やご家族、地域の皆様のご支援・ご協力のおかげと心より感謝しております。

又、十三日の三周年記念のイベントにはお忙しい中にもかかわらず、多くのご家族に参加頂きまして、ありがとうございました。準備期間が少なく心配していましたが、入居者様にも喜んでいただけたようで本当によかったとホットしています。

さて今回はよい話ではなく、「最近の介護業界の話題です。殺人にまで発展してしまった事件や、虐待の報道などが記憶に新しいですが、同じ業種の私達にとっても驚く情報ばかりでウソザリします。加害者は動機を「ストレス」と語ることが多いようです。この「ストレス」、勿論殺人を犯してしまう直接的な理由にはならないと思いますが、それ自体は無視できない重要な問題であると私も危惧しています。

昨年の十二月から、従業員五十人以上のすべての事業者に、年一回従業員の「ストレスチェック」が義務づけられたのはご存じでしょうか(秋月でも導入の準備中です?)

このストレスチェックは、主に以下の二つの目的で実施されます。

- ①従業員自身がストレスを感じていることに気づくこと
- ②ストレスを高める職場環境を改善すること

これは、うつ病などの心の病気(精神疾患)を抱えて休職する人、労災申請する人が増えていることが背景にあります。この「ストレスチェック」は、ストレス度の高い人を探し出すことが目的なのでありません。ストレスを感じている自分、ストレスを高める職場環境に気づき、それを改善していくこと。そして、ストレスから心の病気になるように未然に防ぐことが目的なのです。

介護職員にストレスについて聞くと、ほとんどの職員から「間違いなくストレス度が高い」という答えが返ってきます。確かに、一般に対人援助職は強いストレスを感じているといわれています。人間相手の仕事ですから思い通りにいかないことが多く、ストレスを感じる場面は多いと思います。

しかし、同時にやりがいも高いのがこの仕事です。人からお礼を言われたり、笑顔をもたらしたり、心に響く「報酬」を直接得られることが多いからです。

そのため、利用者支援そのものによってストレス度が高まることは、実はそれほど多くないと感じています。それより、ストレス度を高めているのは、同僚や上司など職場の人間関係や、記録の作成など利用者支援以外の仕事だと思っています。

自分がどの程度ストレスを感じているのか、自分が何からストレスを受けることが多いのか——それを自分で把握して、対処方法を考えていくことが大切です。「ストレス度が高い」「心の病気になる」という単純なものではありません。

そもそもストレスには、「いいストレス」と「悪いストレス」があるといわれています。少し高めの目標を設定し、その目標に向かって努力するのは「いいストレス」を受けながら前に進んでいるといえます。

しかし、高すぎる目標を他者から設定され、それを何が何でも達成するよう求められたら、それは「悪いストレス」

事業者ならびに産業保健スタッフの皆様へ
従業員のごころの負担が
積み重なる前に。

2015年12月から
ストレス
チェックの
実施が
義務になります。

厚生労働省
詳しくはコチラへ

そこで秋月では、当たり前のことですが、悪いストレスのない職場環境を整えていきたいと考えております。そのために、まずは私が、今まで以上に明るく笑顔で挨拶をしていきたいと思っております。

次には、直属の上司や同僚としっかりとコミュニケーションが取れる場を作る事です。この二つからはじめて、さらに元気な職場秋月、悪いストレスのない職場秋月を作っていきたいと考えています。今後ともご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

他職種カンファレンスって?

生活相談員・介護支援専門員から

今回は、秋月で行われている多職種連携の一環、「カンファレンス」についてご紹介したいと思います。

カンファレンスと横文字で書くのと判りづらいかもしれませんが、その方の介護や生活について、関係している色々な職種が一堂に会して行う話し合いの場のことです。

ご本人の状態に変化があるか? 新しい課題点に対し、誰がどのようにアプローチしていくか? 適切にサービスが提供できているか? ...等々、様々なことを検討していきます。

秋月では、介護支援専門員が中心となって話し合いを進めていきます。参加しているのは、介護職員(ユニットリーダーやその方の入居者担当職員等)、看護師、理学療法士、管理栄養士、生活相談員等ですが、時にはご本人や

ご家族の参加をお願いすることもあり、医師が参加されることもあります。開催頻度も、カンファレンスの目的によって様々です。

カンファレンスでは、開催の目的を明確にすることや、多職種参加の中でいかに専門性を発揮していくかが重要だといわれています。

秋月での多くは、ご本人の状態が変化された時に、各職種の共通理解を促し、必要なケアを見直すためにカンファレンスが開催されます。また、ご家族への現状説明や、ご本人・ご家族から直接ご意向や意見を伺う機会として活用している場合もあります。

積極的な意見交換の中で、ご本人様・ご家族のよりよい支援を各職種がしっかりと見つけていけるようにしたいと思っています。

ボランティアの皆様のご紹介

1~3月に秋月にて活動されたボランティアの皆様です。有難うございました! またお待ちしております。



フラワーアレンジメント



フラダンス



お茶の会



ボランティア
車椅子寄贈



外食レクへのご協力
いつも有難うございます!
ロイヤルホスト・はま寿司・
蕎麦屋本橋 etc...

秋月では、趣味・特技を披露して下さったり、車椅子の清掃や洗い物・お散歩のお手伝い等にご協力いただけるボランティアさんを募集しております。

詳細は施設長 井上・介護課長 藤井まで!